بسم الله الرحمن الرحيم

أَلَـمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ {1} وَوَضَعْنَا
عَنكَ وِزْرَكَ {2} الَّذِي أَنقَضَ ظَهْرَكَ
{3} وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ {4}فَإِنَّ مَعَ
الْعُسْرِ يُسْراً {5}إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْراً
{6} فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ {7} وَإِلَى
رَبِّكَ فَارْغَبْ {8}

تفسير سورة الشرح

للشيخ هاني حلمي

حفظه الله

www.Manhag.net

أعوذ بالله من الشيطان الرجيم



الحمد لله وكفى وصلى الله وسلم وبارك على النبي المصطفى وآله المستكملين الشرفاء ثم أما بعد:

فـأسـأل الله تـبـارك وتــعـالى أن يـعـلـمـنـا
ماينـفـعـنـا وأن يـنـفـعـنـا بـمـا عـلـمـنـا
وأن يـزيدنـا علما يـنـفـعنا

اللهم اجعل القرآن العظيم ربيع قلوبنا ونور أبصارنا وجلاء همومنا وذهاب غمومنا، اللهم ذكّرنا منه ما نسِّينا وارزقنا تلاوته آناء الليل وأطراف النهار على الوجه الذي يرضيك عنا اللهم أجعل القرآن العظيم شفاءً لما في صدورنا اللهم اشرح به صدورنا ربنا آتنا من لدنك رحمة وهيء لنا من أمرنا رشدا.

تقديم

سنتدارس بحول الله تعالى وقوته سورة الشرح وهى سورة مكية ومن أوائل ما نزل على النبي صلى الله عليه وسلم، وهذه السورة تتناول قضية من أخطر القضايا النفسية ألا وهي مسألة ضيق الصدر وإنشراحه ولذلك سميت بهذا الاسم وهي كما بيّنا قد نزلت أولًا لتبيِّن لنا أمراً من أعظم الأمور في علاقة هذا الأمر ما بين إنشراح الصدر والتخلص من الآثام وبين التميز ورفع الذكر, كما جاء في مفتتح هذه السورة.

سورة الشرح

هى السورة التي ستكلّمنا عن قضية إنشراح الصدور, والتي ستعالج لنا مشكلة ضيق الصّدر، مشكلة قبضة الصدر، مشكلة الإحساس بالوحشة ولذلك نحن في أمّس الحاجة إلى ذلك لأننا في زمن مادي غلبت عليه هذه الآفات النفسية فتعالوا نتدارس هذه السورة من هذه الخلفية وننظر في معانيها.

قال الله تبارك وتعالى :

أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ (١) وَوَضَعْنَا عَنْكَ وِزْرَكَ (٢) الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ (٣) وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ (٤) فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٥) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (٦) فَإِذَا فَرَغْتَ فَانْصَبْ (٧) وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ (٨)

قال الله جل وعلا" أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ "

- ألم نوسّع أيها النبى صلى الله عليه وسلم لك صدرك بشرائع الدين والدعوة إلى الله, والإتصاف بمكارم الأخلاق,
- وحفظنا عنك ذلك وحفظناك ورعيناك وحفظنا عنك الحِمل,
- ووضعنا عنك وزرك الذي أثقل ظهرك,
- وجعلناك بما أنعمنا عليك من المكارم في منزلة رفيعة عالية, فلا ينبغي لك أن يضيق صدرك بعد ذلك, ولا يُثنِك أذى أعدائك عن نشر الرسالة, فإن مع الضيق فرجاً إن مع الضيق فرجاً,

فإذا فرغت من أمور الدنيا وأشغالها فعليك أن تجِدَّ فى العبادة وإلى ربك وحده فارغب فيما عنده, هذا هو المعنى الإجمالى لهذه السورة.

كما وضّحنا, هذه السورة تتكلم عن قضية إنشراح الصدر, وأنا أحتاج أن أضع هذه الحاشية في أسباب علاج الأمراض النفسية وضيق الصدر بإختصار, ويمكنكم مراجعة كتاب العلامة الشيخ عبد الرحمان السعدي (الوسائل المفيدة للحياة السعيدة) .
وقد قالوا أن هذا الكتاب يعد أعظم مستشفى للأمراض النفسية على وجه الأرض, أجمل الشيخ رحمه الله فيه أعظم أسباب علاج الأمراض النفسية ومسألة ضيق الصدر خاصة في أمور:

أولها أنّ الصدرينشرح بالهدى والتوحيد, كما يضيق بالضلال والشرك, فالهدى وتوحيد الله تبارك وتعالى من أعظم أسباب إنشراح الصدر.

الأمر الثانى: الإيمان بالله تعالى مع العمل الصالح "إن الإنسان لفي خسرإِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ" [العصر : 3]، " وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَيَسْتَخْلِفَنَّهُم فِي الْأَرْضِ" [النور : 55] وهكذا.

الأمر الثالث: العلم النافع الذي يترك أثرًا في القلب والذي يُورث الخشية, كلما ازداد علم العبد انشرح صدره واتّسع.

الأمر الرابع: الإنابة والرجوع إلى الله تبارك وتعالى { وَجَاء بِقَلْبٍ مُّنِيبٍ} ، ومحبته بكل القلب " وَالَّذِينَ آمَنُواْ أَشَدُّ حُبّاً لِّلّهِ}[البقرة : 165]، والإقبال عليه والتَنعُّم بعبادته، ولذلك ينبغي ان تكون دائمًا أبدًا متذكرًا " فَاعْبُدْهُ وَاصْطَبِرْ لِعِبَادَتِهِ هَلْ تَعْلَمُ لَهُ سَمِيّاً" [مريم : 65].

الأمر الخامس: إدمان الذكر, ودوام الذكر على كل حال وفي كل موطن, كما كان النبي صلى الله عليه وسلم يذكر الله على كل أحواله، والذّكر كما بيّن ربنا تبارك وتعالى " أَلاَ بِذِكْرِ اللّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ " [الرعد : 28]، فللذّكر تأثير عجيب في انشراح الصدر ونعيم القلب وزوال الهم والغم .

الأمر السادس: الإحسان إلى الخلق " أَحْسِن كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ" القصص 77، عامِل الناس كما تحب أن يعاملوك به، فمدار الأمر على " اتق الله حيثما كنت وأتبع السيئة الحسنة تمحها وخالق الناس بخلق حسن " الراوي :أبو ذر الغفاري المحدث :ابن حجر العسقلاني -المصدر :الأمالي المطلقة- الصفحة أو الرقم 131 , خلاصة حكم المحدث :حسن ، **فالإحسان إلى الخلق بأنواع الإحسان وإكرام الناس ,هذا من أعظم الأسباب كذلك ,لكي ينشرح الصدر وتطيب النفس وينعم القلب.**

الأمر السابع: الشجاعة لأن الإقدام يشرح الصدر ويوسع القلب وهذا لا يكون إلا بتوكل ويقين، فالشجاعة من أسباب انشراح الصدر، فالإنسان عندما يشعر أنه لايخاف في الله لومة لائم يجد في صدره سعة بخلاف الجبان إنه ضيق الصدر.

الأمر الثامن: تخليص القلب من الصفات المذمومة وهي التخلية لأن الحسد والبغضاء والغل والعداوة والشحناء والبغي كلها تعذب الإنسان وتُضَيِّق صدره، وقد ثبت أن النبي صلى الله عليه وسلم لما سُئِل عن أفضل الناس قال: "كل مخموم القلب صدوق اللسان، فقالوا صدوق اللسان نعرفه فما مخموم القلب؟ قال التقي النقي لا إثم فيه ولابغي ولاحسد". إذن التخلية

كلما تخليت عن هذه الآفات كلما اتّسع صدرك ووجدت رحابة ووجدت في نفسك من معاني الإنشراح ما يجلعها جنة نفسية وليست كأحوال هؤلاء الذّين تضيق صدورهم فتراهم يعيشون الهم والغم طيلة الوقت.

الأمر التاسع: ترك زيادة النظر وهو التخلُّص من فضول النظر وفضول الكلام وفضول الإستماع وفضول المخالطة وفضول المطعم والمشرب وفضول النوم. إذًا ستة اشياء إذا تخلصت من هذه الزيادات " وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَى مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجاً مِّنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ " [طه : 131]**، لا تطلق بصرك ,**

إذن التخلص من فضول النظر .زيادة الكلام،

" قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ، الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ، وَالَّذِينَ هُمْ عَنِ اللَّغْوِ مُعْرِضُونَ" [المؤمنون: 3:2:1]،
فلا يتزيَّدون في الكلام, فلا يتزيَّدون في الكلام, ومن كثر كلامه كثر خطأه, و من كثر خطأه فالنَّار أولى به, "وهل يكب الناس في النار على وجوههم ، أو على مناخرهم ، إلا حصائد ألسنتهم"
الراوي :معاذ بن جبل المحدث :الترمذي -المصدر :سنن الترمذي - الصفحة أو الرقم2616

وفضول الاستماع, فلا شك " إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا" الإسراء:36, فلربما الإنسان يسمع كلمة غيبة نميمة أغاني , أشياء من هذه الأمور المحرمة, فيفسد بها قلبه و تضيق نفسه .وفضول المخالطة, فخلطة الناس على منازل كما بيَّنا في غير ما موضع, فمنهم من مخالطته داء, ومنهم من مخالطته دواء, ومنهم من مخالطته سم ناقع, ومنهم من مخالطته شفاء وماء, أما من مخالطته داء فهذا إذا اختلط الإنسان منّا بواحد من أهل الدنيا يذكره بالدنيا و يخلع نصيب الآخرة, ويزيله من قلبه, وأمّا من مخالطته سم فهؤلاء أهل المعاصي الذين يسمِّمون قلوب الصالحين بالاختلاط بهم, بكلامهم, بفجورهم, بتعدّيهم, ومنهم من مخالطته دواء وهؤلاء أهل الحاجات تحتاج إلى التعامل معهم, كمن تشتري منه طعامك و شرابك, وكبعض إخوانك و جيرانك ممن تختلط بهم ضرورة, وتتعامل معهم وفق قانون الضرورة وهو اعط كل ذي حق حقه, وفي نفس الوقت الضرورة تقدر بقدرها, ومنهم من مخالطته ماء, والماء هنا هم أهل الصلاح, و أهل الخير الذين يذكرونك بالله فينبغي ألّا تتزيد بمخالطة الأصناف الثلاثة الأولى, وعليك بأن تستكثر من مخالطة الصنف الرابع من أهل الصلاح و الخير.

و كذلك زيادة الأكل فلا شك أن البطنة تذهب الفطنة, و أن زيادة الطعام يقسي القلب لأن الجوارح تثقل وبذلك لا تقوم بواجبها فهذا يؤثر على القلب و يؤدّي إلى ثقل في حركة القلب ومنها يترتب ضيق الصدر.

وزيادة النوم عن حده الطبيعي الذي لا يتجاوز الثمان ساعات أو كما قال علماء النوم فهناك علماء متخصصون في النوم بالجامعات الأوربية قالوا أنَّ حد الإعتدال يصل إلى ست ساعات و ليس ثمان ساعات فلا يتزيَّد من ساعات النوم حتى لا ينام قلبه فيغفل, فكان النبي صلى الله عليه و سلم ينام على

شقه الأيمن و ليس الأيسر الذي هوعند القلب كما أفاد العلامة ابن القيم عن فوائد سنة النبي صلى الله عليه و سلم وراجعوا ذلك في زاد المعاد في هدي خير العباد.

إذن الأمر التاسع هو ترك الفضول وذكرنا فيها ستة أمور.

الأمر العاشر:الإشتغال بعمل من الأعمال, فنفسك إن لم تشغلها بالحق شغلتك بالباطل, فإن الإنسان إذا تلهّى بأشياء كما يصنع الناس الآن من ألعاب على الكمبيوتر و ألعاب على النت, و الإنشغال بالجلوس على الصفحات الحوارية, أو شيء من هذا القبيل أو يعملون أعمال عبث, يشاهدون مباريات الكرة أو يتابعون أشياء لا تغني و لا تُسمن من جوع, فهم يشتغلون بملهيات للقلب, ولا يشتغلون بعمل نافع أو علم نافع, ومن هنا يَحدث ضيق في الصدر, لا بأس بشيء من لهو يسير و لكن لا ينبغي أن ينشغل به الإنسان حتى تصير هذه الأمور بالنسبة له من الأساسيات وهي لا تعد كذلك أبدا.

الأمر الحادي عشر:الإهتمام بعمل اليوم وقطعه عن الإهتمام بالعمل في المستقبل أو الحزن على الوقت الماضي, فالهم يكون على المستقبل و الحزن يكون على الماضي, ولذلك علمنا صلى الله عليه و سلم أن نستعيذ بالله من الهم و الحزن من ما يكون في المستقبل والتفكير فيه, أو الحزن عما كان في الماضي فالعبد يجتهد وفقا لما يقوله علماء الصحة النفسية في هنا والآن, هنا هذا الوقت ماذا ستفعل في هذا المكان هنا والآن, فيسأل الله عز و جل نجاح مقصوده ولا ينشغل بشيء في المستقبل, ولا يتذكر شيئا في الماضي , " لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ..."

الحديد 23

الأمر الثاني عشر : النّظر إلى من هو دونك ولا تنظر إلى من هو فوقك في العافية والرزق ونحو ذلك فهذا هو الذي يجُر على الإنسان الحسد ويجُرُّ على الإنسان تلك الآفات النفسية, ويعيش متحسرًا شاعرًا بأنه مضطهد ومظلوم وأنه خاب وخَسِروأنه لا ينفع في هذه الحياة إلى غير ذلك من الأمور التي

يُثبط بها الشيطان الناس, وإنما بالرضا وهذا يتحقق بأن أنظر إلى من هو أقلُّ منِّي في الدنيا فأحمد الله عز وجل على العافية ولا أنظر إلى من هو فوقي فهذه نِعَمُ الله عز وجل وهذا فضل الله يؤتيه من يشاء " أَلَيْسَ اللّهُ بِأَعْلَمَ بِالشَّاكِرِينَ " الأنعام 53 حينما قال الناس "أَهَـؤُلاء مَنَّ اللّهُ عَلَيْهِم مِّن بَيْنِنَا " الأنعام 53

الأمر الثالث عشر : نسيان ما مضى عليه من المكاره التي لا يُمكنه ردَّها فلا يُفكر فيه مُطلقًا, دائمًا الإنسان يُبتلى بابتلاءات وتمُر عليه أحداث مُحزنة، هذه الأحداث عادة الشيطان يجعلها نُصب العين ودائمًا يتذكرُها ويتذكر الذي ظلمه والذي غدر به والذي خانه والذي صنع به كذا وكذا، تجد المرأة تقول بعد أن خطبني وبعد أن عشَّمني إذا به يفسخ الخطوبة بدون أسباب، إذا به يُطلقني بعد العقد بغير أسباب وتعيش في ظُلمة هذا الإحساس فتراها بعد ذلك ضيقة الصدر وبعد ذلك تقول أريد أن أصلي وأريد أن أقرأ قرآن وأريد أن أكون من النّشيطات في الطاعة ولا أجد ذلك فطبعًا لن تجد ذلك, لأن الإنسان منا ينبغي أن يفهم أن قلبه إناء فإذا ملأه بتلك الأمور ضاق القلب به فلذلك ينبغي أن نفهم هذا المعنى جيدا,أن ننسى مامضى علينا من المكاره.
إنسان اضطهد وسُجِن وقُهِّر فتراه يعيش بنفسية القهر والاضتهاد، هذا لا ينبغي...عِش إحساس التحرُر ،عش إحساس حُسن الظن فى الله، عِش إحساس الشجاعة التى قلنا أنها توسع الصدر ورُد عن نفسك هذه الأمور.

الأمر الرابع عشر: إذا حصلت على العبد نكبة من النكبات فعليه السعي في تخفيفها بأن يُقدِّر أسوأ الاحتمالات التي ينتهي إليها الأمر ويُدافعها بحسب مقدوره فيقول :
- ✓ **ماذا سيحدث ؟**
- ✓ **فإذا حدث كذا ماذا سيأجني منه ؟**

فيتصور أبعد شيء من الممكن أن يحدث له، إذا زال هذا المال سيأتي غيره ، سيفنى هذا الولد يولد غيره ، سيحدث أن أفقد هذا الصاحب يُبدلني الله عز وجل بأحسن منه، ما الذي سيحدث؟ أي طامة في الدنيا لها آخر وعادة لا تكون أبدًا كما يتصورها الإنسان، فالإنسان دائمًا يتصور الأمر بشكل هلعي "إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعاً" [المعارج / 19] "إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعاً " [المعارج / 20] " وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعاً" [المعارج / 21] فإذًا يُقدِّر أسوأ الاحتمالات التي ينتهي إليها الأمر ويُدافعها بحسب مقدوره.

الأمر الخامس عشر : أن يقوّي قلبه " مقوّيات قلبية " أن يقوي قلبه ولا ينزعج ولا ينفعل بالأوهام والخيالات التي تجلبها الأفكار السيئة، ما سيحدث؟ فتاة تقول : لن أتزوج وشاب يقول : والله سيكون عمري 35 عام حتى أتزوج وأكون لدي شقة وأتزوج سأعيش في ظُلمة الشهوات وفي ضنك الحياة ولما لا أكون مثل الناس ،لماذا أنا ؟ ويظلّ يُفكر بهذه الأوهام والخيالات التي تجلبها الأفكار السيئة أو يظن مثلاً ونحن في حالة من الانفلات الأمني سوف يحدث لنا شيئًا وسيعترض علينا إنسان كذا وكذا وسوف يصنع بي كذا وكذا فسأموت وسيحدث لي شيء...
فلا ينبغي أن ينفعل مع تلك الأوهام والخيالات ولا يغضب ولا يتوقع زوال المحاب وحدوث المكاره بل يكِّل الأمر إلى الله عز وجل دائمًا يُردِد أحبه إلى الله أحبه إليَّ ويسأل الله العافية كما أمرنا النبي صلى

الله عليه وسلم وجعل ذلك من أهم ما ينبغي أن يدعو به الإنسان ربه تبارك وتعالى " يا أيها الناس ! سلوا الله المعافاة ؛ فإنه لم يعط أحد مثل اليقين بعد المعافاة " [الراوي: أبو بكر الصديق المحدث: الألباني - المصدر: صحيح الموارد - الصفحة أو الرقم: 2053 خلاصة حكم المحدث: صحيح]

دائمًا أبدًا إسأل ربك العافية " اللهم أنت خلقت نفسي ، و أنت تتوفاها ، لك مماتها و محياها ، و إن أحييتها فاحفظها ، و إن أمتها فاغفر لها ، اللهم إني أسألك العافية" .

[الراوي: عبدالله بن عمر المحدث: الألباني - المصدر: صحيح الجامع - الصفحة أو الرقم: 1270خلاصة حكم المحدث: صحيح]

اللهم إني أسألك العافية "، كما كان النبيﷺ يدعو.

" وكان يدعو صباح مساء اللهم إني أسألك العفة والعافية" وفي لفظ " اللهم إني أسألك العفو والعافية في ديني ودنياي وأهلي ومالي" يسأل الله عز وجل العافية في شأنه كله،

ولذلك قال النبيﷺ : " سل الله العفو والعافية في الدنيا والآخرة" الراوي :أنس بن مالك المحدث :العراقي المصدر :الأربعون العشارية - الصفحة أو الرقم211 :خلاصة حكم المحدث :حسن

وقال "سلوا الله العفو والعافية فإن أحدًا لم يُعطى بعد اليقين خيرًا من العافية"

يعني يقين وعافية؛ هذه سعادة الإنسان في الدنيا.

الأمر السادس عشر: التوكل؛ اعتماد القلب على الله عز وجل { وَمَن يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ } [الطلاق:3] أن يُحسن الظن بالله عز وجل " أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي "

فإذا رمى بحموله على الله عز وجل سَعِد وانشرح صدره.

الأمر السابع عشر: أنّ العاقل يعلم أن حياته الصحيحة، حياة السعادة والطمأنينة وأنها قصيرة، فلا ينبغي عليه أن يُقصرها بالهم، يعني الدنيا كلها أيام معدودة فلماذا تنكّد على نفسك؟!!

وأنتِ لماذا تنكّدين على نفسك؟!!

لا تسترسل مع الأكدار، وإنما اطرح هذه الأكدار جانبا، وعليك أن تستقبل الأمر بنفسية مختلفة بأن تعيش احساس " فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً" [النحل:97]

" فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً " هو هذا المعنى الذي ينبغي أن تعيش به " مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُواْ يَعْمَلُونَ" [النحل:97]

الأمر الثامن عشر: إذا أصابه مكروه قارن بين بقية النِعَم الحاصلة له في الدين والدنيا، وبين ما أصابه من مكروه.

عندما يقوم بعمل هذه المقارنة سيتضح له أنه في نِعَم كثيرة جدًا، وأن ما سُلِبَهُ قليل فيما يوازي النِعم التي أسبغ الله عز وجل عليه إياها، فإذا قارن بين هذا وذاك ارتاح قلبه.

أو يقارن بين الضرر الذي حصل له بسبب هذا المكروه، وبين احتمالات كثيرة في السلامة أي يقول والله الحمد لله أنه لم يحدث كذا، والحمد لله أنه لم يحصل كذا، والحمد لله أنه لم يحدث كذا وكذا،

فهذا يُخفّف عنه البلاء، وهذا يوسِّع صدره فلا يضيق، ولا يصيبه الهمّ والنّكد.

الأمر التاسع عشر: يُعرف أن أذية الناس عادة لا تضر، خصوصا الأقوال الخبيثة، بل تضر من يقولها، فلا ينبغي أن يضع لها بالاً، فلا يكون حساسًا بالزيادة جدًا، فأي كلمة تقال من هذا القبيل " لَن يَضُرُّوكُمْ إِلاَّ أَذًى " [آل عمران:111] فالله سبحانه وتعالى كلّم نبيه في مثل ذلك .

أنه لا ينبغي أن يقف عند هذه المعاني " وَاصْبِرْ عَلَى مَا يَقُولُونَ وَاهْجُرْهُمْ هَجْرًا جَمِيلًا" [المزمل:10]
فهذا المبدأ وهو الهجر لهذه المعاني لا نتوقف عندها، إنما يسبوا في الإسلاميين وفي حماة الشريعة، وفي الدعاة والمشايخ، والناس تهلع ويقولون كيف هذا؟ هذا غير ممكن، ونحن كان يجب ألا نفعل كذا..
لماذا هذا كله؟
لا ينبغي أن تبالي بمثل ذلك، فليقولوا ما يقولون، نحن لا نهتم بمثل هذه الأشياء ولا نضع لها بالا، وأن الله سبحانه وتعالى وعدنا أن يرد عنا { إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا} [الحج:38]

الأمر العشرون: أن يجعل أفكاره فيما يعود عليه بالنفع في الدنيا والدين.
فكِر فيما ينفعك، الذي هو مبدأ " احرص على ما ينفعك " ، لأنه أحيانًا الإنسان منَّا ينشغل بأشياء لا تنفعه ويكون ينفع غيره.
بعض الناس من الممكن أن تجده يشتغل لحساب غيره، كل همه أن زوجته ترضى عنه، كل همه أن أولاده يعيشون العيشة الجميلة، كل همه أن أصحابه يكونوا سعداء به ويكرمه عليهم، وأشياء من هذا القبيل.
يا أخي احرص على ما ينفعك؛ احرص على ما ينفعك في دينك ودنياك، ولا تشغل بالك بأحوال غيرك لأنه يوم القيامة " يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ (34) وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ (35) وَصَاحِبَتِهِ وَبَنِيهِ (36) لِكُلِّ امْرِئٍ مِّنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ(37)" [عبس: 34: 37]

الأمر الواحد والعشرون: ألَّا يطلب العبد الشكر على المعروف، لأنها تتعب القلب، يقول بعد أن فعلت له وعملت له؟!! " وَلَا تَمْنُن تَسْتَكْثِرُ" [المدثر:6]
شَهدتُ بعض الخلافات الزوجية بين بعض إخواننا وأخواتنا، فكانت المرأة تقول: لقد صنعت له كل معروف، وهو صار كافرًا بالعشير لست أنا، ولذلك انتقمت منه أشد انتقام فسلبت منه كل شيء كنت قد أسديته له فقلت لها :ما لوجه الله صنعتِ فعُذّبتِ ثم بعد ذلك طُلّقت هذه المرأة لأنها لم تكن تخلص نيتها لله تبارك وتعالى , وإنما كانت تعمل على مبدأ المنّ والله عز وجل قال " لاَ تُبْطِلُواْ صَدَقَاتِكُم بِالْمَنِّ وَالأذَى " البقرة 264كانت تعمل على وفق تمنن تستكثر, فكانت تستكثر لمنّها
وهذا يضيق به الصدر على الجهتين, في المقابل زوجها بطبيعة الحال كان متأفف أشد التأفف ويقول صنعت لها أكثر مما يلزم ورغم ذلك لم تبالي, ولم تعطي لي قدرا على ما أسديت لها وهكذا ينبغى أن تتعلم الدرس.

إذا عملت للناس فعليك أن تشرب من كأس المرارة أما إذا عاملت رب الناس فالله يكفيك مؤنة الناس,
من أحب أن يثني عليه الناس , من أحب أن يكون الناس مثنين عليه مادحين له فيرضيهم بسخط الله فليعلم أن هذا هو الشقاء
"من التمس رضا الله بسخط الناس ؛ كفاه الله مؤنة الناس ، ومن التمس رضا الناس بسخط الله ؛ وكله الله إلى الناس "

الراوي :عائشة المحدث :الألباني -المصدر :صحيح الترغيب - الصفحة أو الرقم 2250 :خلاصة حكم المحدث :صحيح لغيره

إنّما شعار المؤمن " إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنكُمْ جَزَاء وَلَا شُكُورًا" الإنسان9
الأمر الثانى والعشرون: أن نجعل الأمور النافعة نصب العينين و العمل على تحقيقها وعدم الإلتفات إلى الأمور الضارة, فلا يشغل بها الذهن فهو دائما ينظر إلى الجانب الإيجابي, معناه أن تنظر دائما إلى الجزء المملوء من الإناء و أن تترك الجزء الفارغ لأن هذا يؤدي إلى ضيق صدره .

الأمر الثالث والعشرون :حسم الأعمال فى الحال, والتفرُّغ للمستقبل حتى تأتي الأعمال المستقبلية بقوة تفكير وعمل, أي تنتهي من واجب الوقت الآن, فلا تقول عندما يأتي وقت هذا الشيء أقوم به .
لا! يجب أن تنتهى منه الآن ,وعندما يأتي الوقت الجديد قم بعمل الأشياء التي واجب الوقت فيه , حتى تتفرغ له , فرِّغ قلبك لله وفرِّغ نفسك للعمل الصالح
وهذا ما ستأتيه فى خواتيم هذه السورة" فَإِذَا فَرَغْتَ فَانْصَبْ (7) وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ "الشرح (7،8)

الأمر الرابع والعشرون:يتخير من الأعمال النافعة والعلوم النافعة الأهم فالمهم, وخاصة ما تشتد الرغبة فيه ويستعين على الله عز وجل بالله وبالمشاورة, فإذا تحققت المصلحة وتوكل على الله عز وجل, ينشرح صدره بتحقيق هذه الأمور فيشعر الإنسان أنه منشرح الصدر, وناجح مع الله عز وجل, يشعر أنه يتحرك من خطوة إلى خطوة, ويشعر أنه في تقدم, إنما الشعور الآخر يُحدِث فى النفس ضيق بلا شك .

الأمر الخامس والعشرون :التحدُّث بنعم الله التي أخذناها فى خواتيم سورة الضحى " وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ "
فتتحدث بهذه النعم فيذهب ما فى القلب من هم وغم, وهذا يستحثّ العبد على دوام الشكر لله تبارك وتعالى, والقانون "لئِنْ شَكَرْتُمْ لأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِنْ كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ" إبراهيم 7

الأمر السادس والعشرون:معاملة الزوجة والقريب والمعامل وكل من بينك وبينه علاقة, إذا وجدت به عيبا بمعرفة ما له من المحاسن ,هذا القانون الذى أرساه النبي صلى الله عليه وسلم فى قوله " لَا يَفْرَك مُؤْمِن مُؤْمِنَة إِنْ كَرِهَ مِنْهَا خُلُقًا رَضِيَ مِنْهَا آخَرَ" فبملاحظة الإيجابيات تذهب السيئات والسلبيات, وهذا حتى يكون فى الخلافات الزوجية يقول الزوج هي كذا وكذا و...فتقول له يعني لا يوجد بينكم أي يوم طيب, هل لم تحسن إليك فى شيء؟ هل لم تفعل كذا ؟ فحينما يتذكر هذه المعاني الجيدة يزول ما به غضب ويزول ما به من إحساس أنها إمرأة سوء, ويبدأ فى الإعتدال والإنصاف وهذا يذهب ما به من ضيق صدر.

الأمر السابع والعشرون:أن ندعو بصلاح الأمور كما علّمنا النبي صلى الله عليه وسلم" "اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي ، وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي ، وَأَصْلِحْ لِي آخِرَتِي الَّتِي إِلَيْهَا مَعَادِي ، وَاجْعَلِ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ ، وَاجْعَلِ الْمَوْتَ فِيهِ رَاحَةً لِي مِنْ كُلِّ شَرٍّ. "

أخيراً من أعظم الأسباب لانشراح الصدر هى الجهاد فى سبيل الله, بكل معانيه (الجهاد في ساحات الوغى)...

"جاهدوا فى سبيل الله فإن الجهاد فى سبيل الله باب من أبواب الجنة ينجّى الله به من الهمّ والغم"

حديث صحيح بمجموع طرقه كما صححه الشيخ الألبانى فى السلسلة الصحيحة و رواه الأمام أحمد والطبرانى فى الكبير والأوسط وصححه الألبانى فى الترغيب والترهيب ..

فبالتالي انشغلوا في العمل الصالح وهذه من أنواع الجهاد.

إذن باب من أبواب النجاة الجهاد في ساحات الوغى ,وجهاد النفس سواء جهادها للعلم او العمل أو الدعوة إلى الله تبارك وتعالى أو الصبر ,وكل ذلك كما قال ابن القيم في مراتب جهاد النفس في كتاب زاد المعاد .

وبذلك نكون قد أخذنا ثمانية وعشرون سبب لإنشراح الصدّركحاشية على قول الله تبارك وتعالى

♥ "أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ " ألم نوسّعه ونفسحه ..هذا الصدر الشريف المبارك وهذا كما طلب نبي الله موسى عليه وعلى نبينا الصلاة والسلام حين قال "رب اشرح لي صدري "فإذا كان دعاء الأنبياء مستجاب فأجاب الله دعوة موسى عليه السلام أما النبي صلّى الله عليه وسلّم فبدون أن يطلب ذلك امتنّ الله عليه بأن شرح صدره

وقد قالوا أن المراد شرح جبريل صدر النبي (صلى الله عليه وسلم) حينما كان في صباه عندما شق صدره وأخرج منه علقة سوداء, أو ليلة المعراج حين مليء صدر الرسول صلى الله عليه وسلم بالإيمان وبالحكمة و قيل أنّ المعنى على إطلاقه شُرِح صدرالرسول صلى الله عليه وسلم "أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ"

وذلك بالإيمان والنبوة والدعوة والعلم والحكمة .

♥ "وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ"

أي حططنا عنك العبء الثقيل أي أن الله عزّ وجل حطّ عنه هذا العبء فكلمة الوزر هنا على هذا المعنى أي وضعنا عنك العبء الثقيل عن كاهلك .

♥ " الَّذِي أَنقَضَ ظَهْرَكَ "

أي الذي أثقل ظهرك ..وقد كان ذلك سبباً لأن يُرفع ذكرك فلا أُذكر أي الله رب العالمين إلا وذكرت معي ,

فكلمة ووضعنا عنك وزرك

- قالوا كما قلت الوزر معناه العبء,وقالوا الوزر بمعنى الذنب .

وقد قرأ أنس " وحللنا" وقرأ "وحططنا" على معنى القراءة التفسيرية ...وقرأ ابن مسعود " وحللنا عنك" وقرك أي حِملك وهذا معنى قول الله تبارك وتعالى "لِيَغْفِرَ لَكَ اللَّهُ مَا تَقَدَّمَ مِن ذَنبِكَ وَمَا تَأَخَّرَ" الفتح :1

" وَاللَّهُ يَعْصِمُكَ مِنْ النَّاس " المائدة :67.

والنبي (صلّى الله عليه وسلّم)معصوم عن هذا فا الله عزّوجل وضع عنه هذا الأمر .

- **وقيل الذنب أي وضعنا عنك ما كنت فيه من أمر الجاهلية لأنه صلّى الله عليه وسلّم كان في كثيرمن مذاهب قومه وإن لم يكن عَبَدَ صنماً ولا وثناً ولكن كان في هذا الوسط الجاهلي ولاشك أن التواجد في الوسط الجاهلي يلوّث القلب**

" وَمُطَهِّرُكَ مِنَ الَّذِينَ كَفَرُواْ " آل عمران :55.

- **فمعنى الوزر هنا إما على معنى ما كان في الجاهلية ,إمّا على معنى الثِقل ,إما على معنى العِصمة للنبي صلى الله عليه وسلم فحفظه الله عزوجل من ذلك كله.**

- **" الَّذِي أنقضَ ظَهْرَكَ " أي أثقل وأوهن ظهرك ,وعلى هذا فإن الذنب من عقوباته ثِقل البدن وثِقل القلب .**

- **" وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ " قالوفلا يذكر الله تبارك وتعالى إلا وذكر معه النبي صلى الله عليه وسلم**

كما قال حسّان ابن ثابت :

أغرُّ عليــــه للـنـبـوة خـاتــمٌ ...من الله مشهـودٌ يلـوحُ ويُشهَدُ

- وضمَّ الإله اسم النّبي إلى اسمه...إذا قال المؤذّن فى الأذان أشهدُ

فإذا ذُكِرَ الله في الأذان ذكر النبي صلى الله عليه وسلم وكذلك في الإقامة وفي التشهد ويوم الجمعة على المنابر ويوم الفطر ويوم الأضحى و أيام التشريق ويوم عرفة وعند الجمار وعلى الصفا والمروة وفي خطبة النكاح وفي مشارق الأرض ومغاربها.
ولو أن رجلاً عبد الله جل ثناؤه, وصدّق بالجنة والنار وكل شيء، ولم يشهد أن محمداً صلى الله عليه وسلم رسول الله، لم ينتفع بذلك وكان كافرا. " وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ "
هنا كلام لم أرى أمتع منه في تدبر آيات سورة الشرح للعلامة ابن القيم في كلامه حول مسألة السّماع، مسألة سماع الأغاني والموسيقى وهذا الأمر.
ابن القيم رحمه الله قال كلام والله يكتب بمداد الذهب، وهو يتكلم عن علاقة هذه الآيات بعضها ببعض، فاسمعوا الكلام وأنا سأحاول أن أضع عليه بعض الشرح وبعض الحواشي لأنه كلام رائع بلا شك.

اسمعوا

يقول ابن القيم شرح الله صدر رسوله أتّم الشرح، ووضع عنه وزره كل الوضع، ورفع ذكره كل الرّفع وجعل لأتباعه حظاً من ذلك، إذ كل متبوع فلأتباعه حظ ونصيب من حظ متبوعهم في الخير والشر.

يعني الآية تكلّم النبي صلى الله عليه وسلم وتكلّم أتباعه من بعده.

أيضاً تنشرح صدورهم بأن توضع عنهم أوزارهم التي تنقض ظهورهم وبذلك يُرفع ذِكرُهم في الدنيا والأخرة.

إذن أتبعُ الناس للنبي صلى الله عليه وسلم هم أشرحُ الناس صدرا.

وهكذا أخذنا أول فائدة إيمانية من مخاطبة النبي صلى الله عليه وسلم ألا وهي الإهتمام البالغ بمتابعة النبي صلى الله عليه وسلم، فذلك من أهم أسباب شرح الصدر، يعني إلى جانب الثمانية والعشرون سبباً الذين ذكرناهم هذا السبب الأساس متابعة النبي صلى الله عليه وسلم .

- فيقول: كلما قويت المتابعة علما وعملا وحالا وجهادا يقوى الأثر في شرح الصدر ورفعة الذكر.
- قال : وأما وضع وزره، فكيف لا يوضع عنه ومن في السمواتِ والأرض ودواب البرِ والبحر يستغفرون له، فإذا كانت الحيتان في بحرها تستغفر لطالب العلم، فما بال المعلم أصلا، إذا كانت تستغفر لمعلم الناس الخير فكيف وهذا إمام المعلمين صلى الله عليه وسلم، كيف لا يوضع عنه والكائنات في الدنيا تستغفر للنبي صلى الله عليه وسلم.
- قال: وهذه الأمور الثلاثة متلازمة، كما أن أضدادها متلازمة

الثلاثة يتمشاون مع بعض "شرح الصدر مع وضع الوزر مع رفعة الذكر" وعكسهم مع بعض "الخطايا تضيّق وتقبض الصدر وتخمل الذكر".

وبعدها التحليل النفسي الرائع الذي أظن أن لو أحد المتخصصين في الصحة النفسية أو في علم النفس قرأ مثل هذا الكلام لطار به لأنه يتكلم عن إشكالية نفسية، يعرفها كل واحد منّا حال إرتكابه المعاصي.

ماذا يقول بن القيم؟

يقول: فما وقع أحدٌ في الذنوبِ والأوزار إلّا من ضيق صدره وعدم انشراحه لأن الواحد يشعر بالنكد والقلق والضيق وحالته سيئة ولا يطيق شيء.

فيبدأ يقول إذن أشاهد أي شيء أو أسمع أي شيء، يا أخي هذه الموسيقى غذاء الروح، وماذا يكون فيها عندما يشاهد الواحد فيلم أويشاهد مسلسل أو يفتح أي موقع ليشاهد أي شيء أو يلهو ويعبث، أو واحد يبدأ في السكر، سواء السكر الحسي أو السكر المعنوي، يريد أن يعيش في الغفلة يريد أن يقضيها في مشاهدة الكرة ومشاهدة البرامج وغيرها.

فينتقل من غفلة لغفلة أو سكر حسي من مخدر ومن خمر ومن كذا أو تلاهي وعبث و و و.

ماذا تريد؟

أشعر بضيق الصدر، صدري مغلق ماذا أفعل؟

وبالتالي يريد أن يشرح صدره بذلك.
يقول: وإلا فلو اتّسع بالتوحيد "اسمع حتى تحل المشكلة " لو اتسع بالتوحيد، العلم علم العقيدة, توحيد الله عز وجل، ربوبية وألوهية وأسماء وصفات والتعرف على ربنا سبحانه وتعالى وبالإيمان وحب الرحمن ومعرفته ,
لانشرح بذلك ولإستغنى عن شرحه بالأوزار, فلأنه لا يعلم كيف يطيع الله ولا كيف يحبه ولا كيفية التعرف عليه لهذا السبب لم ينشرح قلبه, وبالتالي يحاول أن يشرحه بشيء آخر و هذا لا يشرح الصدر و إنما يزيده هما و غما, هذا نعتبره مسكِّن,فهناك فرق كبير بين المسكِّنات والعلاج الذي يستأصل الداء.
ولهذا فإن أكثر من يواقع المحذور إنما يدفع به عن نفسه مافيها من الهم و الغم و الضيق, وكثيرا ما تبرد شهوته وإرادته ,بعض الشباب يقول أنا أعمل أشياء للأسف سيئة كالنظر للمواقع السيئة أو العادة السيئة أو الكلام مع البنات ولكني لا أقوم بهذه الأشياء عن شهوة بل بالعكس ولكني أعملها هكذا فقط, يمكن أن تكون عادة اعتدت عليها .

يقول بن القيم رحمه الله: و كثيرا ما تبرد شهوته و إرادته, ومع هذا يحرص على المعاودة تداويا منه بزعمه.

أنتم تسمعون هذا أليس كذلك يقولون غذاء الأرواح يظنون أن هذا دواء, أفصح عن هذا شيخ الفسوق أبو نواس بقوله و كأسا شربته على لذة, و آخر تداويت منها بها .
الأولى أخذها عن شهوة, و آخر تداويت منها بها لما شرب الأول ولمّا إحساس اللذة والشهوة ذهب أتى الضيق بعدها فشرب الثاني كي يتداوى من إحساس فقدان الشهوة التي كان يحس بها,
قال فإذا حمل العبد الأوزار أوجب له ذلك ضيق الصدر وخمول الذكر, وهذا طبعا يزيد ضيق الصدر أكثر لأن الناس لا يعرفونه أو لا يقدرونه أو لا يعطونه فيخمل ذكره فبالتالي يضيق صدره أكثر, فلا يزال المعرض عن طاعة الله و رسوله مترددا بين هذه المنازل الثلاثة , ما بين أن يضيق صدره و يثقل ظهره بوزره, وبين خمول ذكره, قال و إذا ثقل الظهر بالأوزار منع القلب من السير إلى الله والجوارح من النهوض, علمت لماذا لا تستطيع ختم القرآن في ثلاثة أيام أو سبعة أيام؟, أو لم تستطع القيام مرة من العشاء إلى الفجر, أو أن تذكر الله كأبي هريرة اثنا عشر ألف مرة أو كخالد بن معداد أربعين ألف مرة وأبي الدرداء مئة ألف مرة, لم تستطع الصلاة كما ذكر عن الإمام أحمد ثلاث مئة ركعة,لماذا؟؟ لأن القلب متعب وأصيب في مقاتله, ولديه آفة خطيرة من جراء ثقل الأوزار على ظهره فمنع قلبه من السير, وهذا الصراط المستقيم لا يُقطع بالأقدام و إنما يُقطع بالقلوب, فقد قال الله تعالى في آخر السورة الأمر كله على أن تجرد التوحيد وتجرد الطاعة
" فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ "هذه تجريد الطاعة " وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ "هذه تجريد التوحيد,
مدار الأمر كله لا إله إلا الله بمعنى لن يكون في قلبك غيره بمعنى لا معبود بحق إلا الله فتنتصب له, أي تتعب له, بهذا تحل الإشكالية ,الآن فهمنا الإرتباط ما بين الأربع آيات في قوله تبارك و تعالى:" أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ (1) وَوَضَعْنَا عَنكَ وِزْرَكَ (2) الَّذِي أَنقَضَ ظَهْرَكَ (3) وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ (4) "
♥ ثم قال تعالى " فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا (5) إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا "

العسر تكرر مرتين و لكن تكرر بلفظ المعرفة, أما اليسر فتكرر بلفظ النكرة, فأهل اللغة علمونا أنه إذا تكرر بهذه الشاكلة فهذا يدل على أن العسر واحد وأن اليسر يسران, ولذلك لن يغلب عسر يسرين.
وقال ابن مسعود : والذي نفسي بيده ، لو كان العسر في حجر ، لطلبه اليسر حتى يدخل عليه و لن يغلب عسر يسرين. وكتب أبو عبيدة بن الجراح إلى عمر بن الخطاب يذكر له جموعا من الروم وما يتخوف منهم, فكتب إليه عمر :أما بعد فإنه مهما ينزل بعبد مؤمن من منزل شدة يجعل الله بعده فرجا, وإنه لن يغلب عسر يسرين.
ثم قال" يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ اصْبِرُواْ وَصَابِرُواْ وَرَابِطُواْ وَاتَّقُواْ اللّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ " المائدة 200

إذن لن يغلب عسر يسيرين، هذا ينبغي أن يكون أمام كل مُعسر وكل من يعيش في ضيق، إن مع الضيق والشدة سعة وغنى، والله كرر وهذا للتأكيد على هذا المعنى حتى يكون في قلوبنا على جهة اليقين، إن مع العسر يسيرًا، لن يغلب عسر يسيرين.

♥ " فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ " قالوا فرغت من صلاتك.

- فانصب :قالوا بالغ في الدعاء
- وقالوا إذا فرغت من الفرائض فانصب في قيام الليل،
- قالوا إذا فرغت من تبليغ الرسالة وأداء الأمانة فانصب في الاستغفار لذنبك وللمؤمنين والمؤمنات، فاعلم أنه لا إله إلا الله واستغفر لذنبك وللمؤمنين والمؤمنات
- وقالوا إذا فرغت من جهاد عدوك فانصب لعبادة ربك، إذا فرغت من دنياك فانصب للتعبد لله تبارك وتعالى، إذا فرغت من أمر الخلق فاجتهد في عبادة الحق، فينبغي أن تفهم هذا المعنى أن ثمة وقت للإنشغال بأمور الحياة والإنشغال ببعض الوظائف المفروضة عليك، يبنغي أن تكون متوازنًا هذه من آيات التوازن في القرآن.

-إذا فرغت إذن أنت مشغول، ولابد أن تنشغل بما ينفعك وبما أمرك الله عزوجل به حتى مع الكسب، حتى مع وجود بصمة لك في الحياة، هذا كله مشاكل، ثم بعد ذلك لازم أن يكون لك وقت ملك لله تنصب فيه لطاعة الله عزوجل لذلك السلف علمونا أن الليل هو لله ، الليل هو وقت أن تتعب وتنصب فيه لله تبارك وتعالى، لذلك جاهدوا أنفسهم في الليل وكانوا رهبان الليل مع أنهم كانوا فرسان النهار أيضًا، ونحن أيضًا نريد أن نحقق فإذا فرغت على معنى أن نعطي كل ذي حق حقه ولا أجعل الوقت كله للصلاة ولا الوقت كله للذكرولا الوقت كله لقراءة القرآن ولا للصدقة ولا لغيرها من العبادات الواضحة، وإنماجعل وقت للتكسب ووقت للرعاية الأهل وبر الوالدين وصلة الأرحام ورعاية الزوجة ورعاية الأولاد وهذا كله من الأمور التي نعدها طاعات وقربات إلي الله تبارك وتعالى وربنا يقول لنا ذلك وللنبي أيضًا صلى الله عليه وسلم ونحن من بعده فإذا فرغت ولم يقل فعليك أن تنصب لا ولكن إذا فرغت أي إذا انتهيت من شئ فابدأ في شيء آخر، انتهي من الفرض، فادخل في النفل، انتهي من أداء الأمانة انشغل بالاستغفار، انتهي من أمور الدنيا التي لابد منها، وانصب في العبادة المجردة هكذا،

فإذا فرغت لم يقل فاعبد أو تعبد فإذا فرغت فانصب، إن المحب لله يحب النصب لله ، يحب التعب لله، انصب، اتعب ، أظهر له عرق الخدمة لأنه يحب منك ذلك، يحب منك أن تسارع إلى مغفرة من ربك وجنة عرضها السموات والأرض، أن تسارع إلي مغفرة منه، أن تسابق إلي ذلك تجاهد في الله حق جهاده، أن تأخذ الكتاب بقوة،أن تكون محققًا لمعنى قول الله تبارك " يَا أَيُّهَا الْإِنسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَى رَبِّكَ كَدْحاً فَمُلَاقِيهِ " [الإنشقاق: 6]، تكدح وتنصب لله تبارك وتعالى,فإذا فرغت فانصب .

♥ **"وَإِلَى رَبِّكَ فَارْغَبْ"**

فتكون رغبتك في الله، وتكون أمنيتك أن يتقبل منك الله، وتكون نيتك لله تبارك وتعالى، لكن هنا مسألة في التدبر ياجماعة هنا عندما ذكر النصب في العبادة أتى بالرغبة بعدها، مع أن الأصل الرغبة ثم النصب كيف هذا؟

فإذا فرغت فانصب ، التقدير أن يقول إلى ربك فارغب وإذا فرغت فانصب, ويبدأ بذكر الرغبة إلي الله تبارك وتعالى، التوحيد أولاً، ولكن هنا قال إذا فرغت للعبادة والطاعة فعليك أن تنصب في طاعة الله سبحانه وترغب فيما عند الله عزوجل، ماهو المعنى هنا؟

إذن قد تكون النية في بادئ الأمر كما قال سلفنا الصالح قد تكون نية ملوثة لكن مع العمل الصالح تتحول هذه النية إلى خير, يعني قالوا تعلمنا العلم لغير الله فأبى الله إلا أن يجعله له ، فأبى الله إلا أن يجعله له وحده سبحانه وتعالى، فجعل ذلك سببًا في تطهير القلب، يعني ياجماعة نحن نحتاج إلى نية قبل العمل ونية بعد العمل مثل مانحن محتاجين محاسبة قبل العمل ومحاسبة بعد العمل، محتاجين للنية قبل العمل ، ونحاول أن نأتي بقلوبنا لربنا سبحانه وتعالى ونعملل والعمل هذا ممكن نجد فيه كساد لكن مع النصب والتعب لله تبارك وتعالى تأتي الرغبة ويأتي الاخلاص، فكأن وصفة الإخلاص هنا كما قال ذي النون علامة المخلص النصب في الطاعة، علامة الإخلاص بذل المجهود في الطاعة وهذا هو معنى"فإذا فرغت فانصب وإلى ربك فارغب"

إذن علينا أن نتفهم هذا المعنى جيدًا وأن نعرف أن الإنسان منّا إذا فرَّغ نفسه للدعوة والتذكير وأتعب نفسه في العكوف على الرب تبارك وتعالى وفرَّغ نفسه لله تبارك وتعالى فإن هذا سبب في أن يكون مخلصًا أو مخلَصًا عند الله عزوجل"وإلى ربك فارغب"

-أسأل الله عزوجل أن يشرح بسورة الشرح صدورنا وأن تكون هذه المعاني قد شرحت الصدور وأنارت القلوب وألاحت لنا الطريق إلي الله تبارك وتعالى على جانحي الرغبة، الإخلاص لله تبارك وتعالى ,التجريد والتوحيد، وتجريد العبادة بالنصب في العبادة.

-فأسأل الله عزوجل أن يتقبل منا ومنكم وأن يأخذ بأيدينا وأيديكم أخذ الكرام عليه إنه ولي ذلك والقادر عليه،

وستذكرون ما أقول لكم وأفوض أمري إلى الله إن الله بصير بالعباد،

وصل اللهم وبارك على نبينا محمد وعلى آله وصحبه وسلم